ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№2 (02) СЕНТЯБРЬ 2006

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ



ISSN 1819-9488











Дорогие друзья!
Грибы любят все. Но все ли умеют их собирать и праильно готовить?
Отправляясь в лес, помните главное правило опытного грибника: если есть хоть малейшее сомнение, проходите мимо даже очень красивого на первый взгляд грибочка.
Ну, а как распорядиться собранным, вы узнаете из этого номера.
Желаем успехов.

Ваша редакция





УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

- вегетарианское питание
- блюда, которые подходят для детей
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- сложность приготовления блюд
  - ● легкие рецепты
  - ●● рецепты средней сложности
  - ●●● рецепты для опытных кулинаров
- * полезный совет

содержание



суфле с белыми грибами



ЧТО НУЖНО:

3–4	средних белых гриба
10–12	лисичек или опят
250 г	готового слоеного теста
1	луковица
400 г	белого куриного мяса
200 г	сливочного сыра
1	яйцо
2 ст. л.	муки
1,5	пучка петрушки
•	специи
•	соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 6
1 порция: 444,3 ккал
белки – 30,0 г, жиры – 24,7 г, углеводы – 24,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Белые грибы и лисички тщательно вымыть. В большой кастрюле вскипятить воду, положить куриное мясо, довести до кипения, снять пену. Добавить специи и белые грибы. Варить, снимая пену, 10 мин. Вынуть из бульона мясо и грибы.

2 Петрушку вымыть, обсушить и мелко нарезать. Куриное мясо измельчить в блендере, добавить сливочный сыр и зелень. Перемешать до однородной массы.

3 Лук очистить. Лисички и лук нарезать и обжарить в растительном масле, 4 мин.
Добавить в смесь куриного мяса и сыра лисички с луком, яйцо и муку. Посолить по вкусу, тщательно перемешать.

4 Форму для выпечки смазать маслом. Слоеное тесто тонко раскатать. Отрезать кусок такого же размера, как верх формы. Оставшееся тесто уложить в форму так, чтобы немного свешивались края. Цельные белые грибы поместить в форму на равном расстоянии друг от друга. Выложить подготовленную начинку.

5 Уложить верхний кусок теста и аккуратно закрепить края.

6 Разогреть духовку до 180 °С. Из плотной бумаги сделать 3 трубочки и вставить их в пирог. Накрыть форму листом пергамента, поставить в духовку и печь 40 мин. Вынуть из духовки, дать немного остыть. Перевернуть форму на разделочную доску и вынуть суфле.

Выложить суфле на сервировочное блюдо, наразать порционными кусками и подать к столу.

грибная икра

ЧТО НУЖНО:

400 г сухих грибов
3 луковицы
2 зубчика чеснока
3 крутых желтка
4–5 ст. л. растительного масла
1 ст. л. лимонного сока
1 пучок зеленого лука
по 2–3 веточки петрушки и укропа
• соль, перец по вкусу









Время приготовления: 40 мин.
Порций: 10
1 порция: 200,1 ккал
белки – 13,4 г, жиры – 14,0 г, углеводы – 5,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы промыть, залить горячей водой и оставить на 10–15 мин. Откинуть грибы на дуршлаг, еще раз промыть, затем мелко порезать. Репчатый лук очистить и измельчить.

2 Лук и зелень вымыть, обсушить и мелко порубить. Чеснок очистить, растолочь. Желтки размять вилкой, добавить зелень и чеснок, тщательно перемешать.

3 Разогреть в сковороде растительное масло. Обжарить грибы, 3 мин., добавить лук. Посолить, поперчить и жарить, помешивая, 5 мин. Снять с огня, добавить зелень с желтками, сбрызнуть лимонным соком.

шницель из шампиньонов



ЧТО НУЖНО:

200 г	больших шампиньонов
1	яйцо
50 г	панировочных сухарей
2	зубчика чеснока
2 ст. л.	растительного масла
1 ч. л.	молотой паприки
100 г	муки
1 ст. л.	сливочного масла

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 2
1 порция: 523 ккал
белки – 15,1 г, жиры – 28,2 г, углеводы – 53,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Шампиньоны вымыть, обсушить, удалить ножки. Шляпки выложить на разделочную доску, накрыть другой доской и с силой нажать. Грибы должны расплющиться в диски.

2 Чеснок очистить и измельчить. Грибы сложить в миску, залить растительным маслом, присыпать чесноком и паприкой. Перемешать и дать постоять 10 мин. Обвалять грибы в муке, яйце и сухарях.

3 Обжарить с двух сторон в сливочном масле до золотистого цвета.









жюльен из белых грибов



ЧТО НУЖНО:

- **500 г** свежих белых грибов
- **2** большие луковицы
- **200 г** сметаны
- **300 г** твердого сыра
- **1** зубчик чеснока
- **4 ст. л.** растительного масла
- **1 ст. л.** муки
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час.
Порций: 6
1 порция: 399 ккал
белки – 16,2 г, жиры – 33,9 г, углеводы – 7,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы очистить, тщательно вымыть и крупно нарезать. Разогреть в сковороде 2 ст. л. растительного масла, положить грибы и тушить на среднем огне 10 минут.

2 Образовавшийся после тушения бульон слить в миску.

3 Лук очистить и мелко порубить. Добавить в грибы оставшееся масло и лук. Готовить 15 минут.

4 Всыпать в сметану муку и тщательно перемешать, растирая комки. Добавить грибной бульон, соль, перец. Перемешать.

5 Влить сметанный соус в грибы. Тушить на слабом огне 10 минут, время от времени помешивая.

6 Разогреть духовку до 200 °С. Кокотницы натереть чесноком. Разложить жюльен. Кокотницы поместить в форму с высокими бортами. Сверху посыпать тертым сыром.
Влить в форму немного воды и поставить в духовку на 15 минут, до образования румяной корочки.

острый салат из шампиньонов

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4
1 порция: 42,15 ккал
белки – 6,1 г, жиры – 1,2 г, углеводы – 1,6 г


1


2


3



ЧТО НУЖНО:

- **500 г** шампиньонов
- **70 мл** оливкового масла
- **3** зубчика чеснока
- **1** красный острый перец
- **1 ст. л.** лимонного сока
- **2–3** веточки петрушки
- соль по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Шампиньоны вымыть, обсушить и нарезать кусочками. Чеснок очистить и раздавить. Перец вымыть, очистить от семян, нарезать тонкими кружками. Петрушку вымыть, обсушить и измельчить.

2 В сковороде разогреть оливковое масло. Обжарить чеснок и перец, 1 мин. Добавить грибы и готовить, помешивая, 6 мин. Снять с огня.

3 Добавить лимонный сок, петрушку, соль. Перемешать.

Пераложить в салатницу и теплым подать к столу.

винегрет с маринованными опятами

ЧТО НУЖНО:

- **2** средние свеклы
- **4** картофелины
- **1** луковица
- **200 г** маринованных опят
- **4 ст. л.** растительного масла
- **1 ст. л.** винного или фруктового уксуса
- соль, перец по вкусу

Время подготовки: 40 мин.
Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4
1 порция: 269,6 ккал
белки – 4,1 г, жиры – 18,0 г, углеводы – 22,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Картофель и свеклу вымыть и отварить до готовности. Дать остыть, очистить от кожуры и нарезать кубиками. Лук очистить и измельчить.

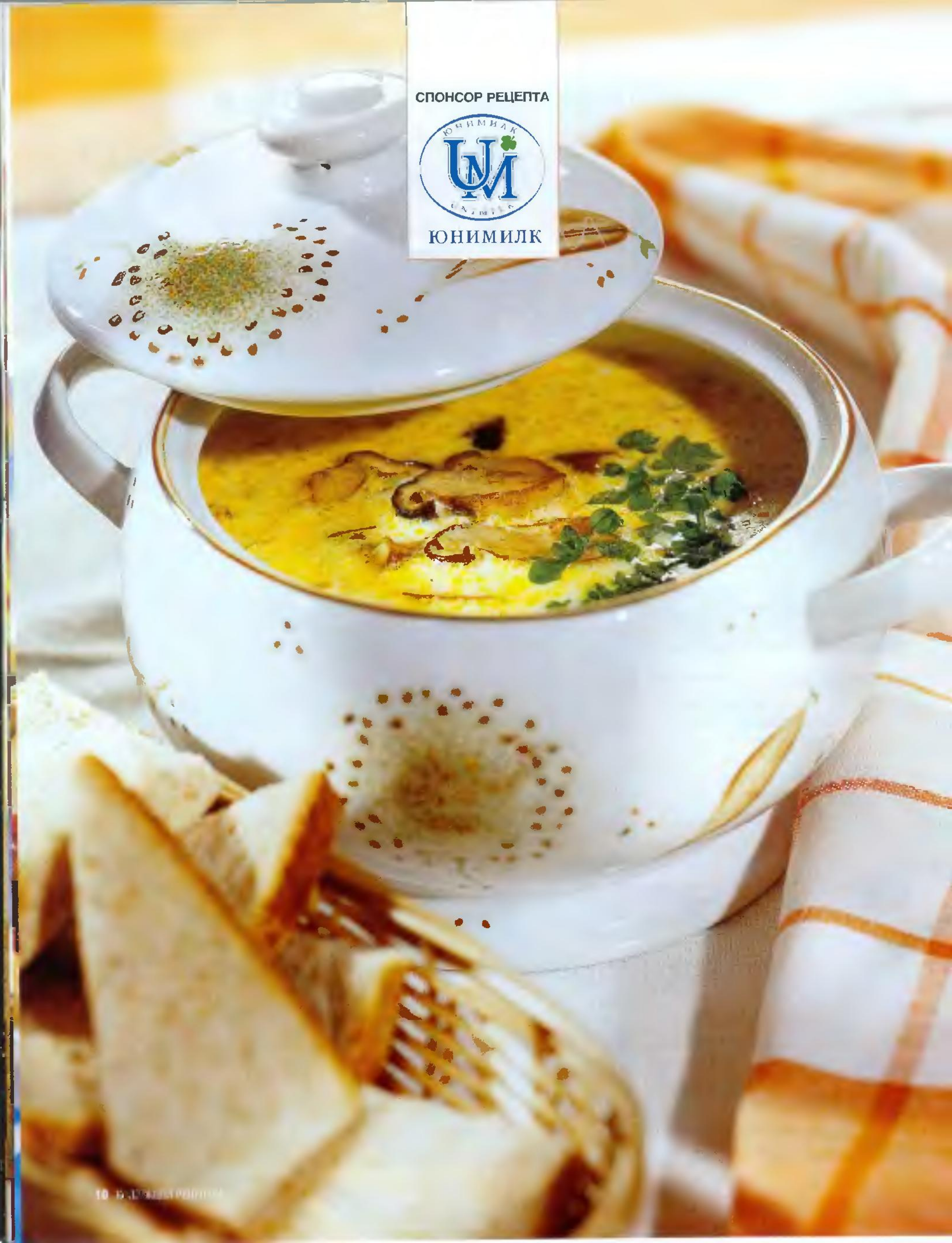
2 Грибы откинуть на дуршлаг и промыть от рассола.

3 В небольшой миске смешать растительное масло с уксусом, посолить, поперчить. Перемешать свеклу, картофель, лук и грибы.

Заправить соусом.







СПОНСОР РЕЦЕПТА
ЮНИМИЛК

суп из белых грибов



ЧТО НУЖНО:

- **1** луковица
- **1** морковка
- **1** большой белый гриб
- **4–6** маленьких белых грибов
- **3** картофелины
- **500 мл** **сливок «Петмол» жирностью 22%**
- **500 мл** воды
- **2 ст. л.** манной крупы
- **2 ст. л.** растительного масла
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
1 порция: 252 ккал
белки – 9,1 г, жиры – 13,0 г, углеводы – 24,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы тщательно очистить и промыть теплой водой. Лук, морковь и картофель очистить. Натереть на крупной терке лук, морковь и большой белый гриб.

2 В кастрюле разогреть растительное масло. Обжарить измельченные овощи и гриб, 6 мин.
Натереть на крупной терке картофель и добавить в кастрюлю. Обжаривать еще 5 мин. Снять с огня.

3 В кастрюлю с грибами и овощами добавить сливки. Тщательно размешать и поставить на слабый огонь.
Готовить 7 мин.

4 Небольшие белые грибы крупно нарезать. Обжарить в 1 ст. л. растительного масла до золотистого цвета.
3 мин.

5 Добавить обжаренные грибы в суп. Довести до кипения и готовить на среднем огне еще 5 мин.

6 Снять кастрюлю с огня. Манную крупу просеять. Размешивая суп круговыми движениями, всыпать тонкой струей манку. Продолжать мешать, пока крупа полностью не растворится. Вернуть суп на слабый огонь и варить 10 мин. под крышкой.

Подавать со сметаной.



суп из лисичек с репой



КСТАТИ

Лисички, пожалуй, вторые по популярности грибы после белых. Это самый главный лесной долгожитель – их собирают с конца июня по октябрь.
Лисички можно варить, жарить, запекать со сметаной, солить и мариновать. Они отлично сочетаются с другими грибами и практически со всеми овощами.

ЧТО НУЖНО:

- **300 г** лисичек
- **1–2** репы
- **2** картофелины
- **1** луковица
- **1** морковка
- **1** пучок зеленого лука
- **2–3** веточки укропа
- **8** горошин черного перца
- **2** лавровых листа
- **0,5 ч. л.** не острой горчицы
- соль по вкусу
- растительное масло для обжаривания

Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 4
1 порция: 151 ккал
белки – 3,1 г, жиры – 9,4 г, углеводы – 13,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лисички тщательно вымыть, сложить в миску и залить холодной водой. Оставить на 30 мин., затем воду слить.

*** Это нужно для того, чтобы вымыть из грибов песок, который может скапливаться в складках лисичек.**

2 Репу, картофель, лук и морковь очистить. Репу и картофель нарезать ломтиками, морковь – полукружьями, лук – произвольно.

3 Влить в кастрюлю 2 л воды, слегка посолить. Довести до кипения, положить лисички и варить на среднем огне 30 мин., снимая пену.

4 Добавить в кастрюлю с грибами картофель и варить 7 мин.

5 Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить лук, морковь и репу, 4 мин. Добавить в суп и готовить еще 10 мин.

6 Положить в суп лавровый лист, горошины перца и соль. Готовить 2 мин. Добавить укроп и горчицу, перемешать и снять с огня.

Подавать со сметаной.



свиной рулет с грибами

ЧТО НУЖНО:

- **1 кг** свинины без костей
- **100 г** сухих белых грибов
- **1** пучок зеленого лука
- **1** красный сладкий перец
- **3 ст. л.** растительного масла
- **100 мл** сухого белого вина
- **1 ч. л.** горошин черного перца
- **2** зубчика чеснока
- **200 г** сыра
- **2 ч. л.** крупнозернистой горчицы
- **1 ст. л.** майонеза
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 2 часа 20 мин.
Порций: 10
1 порция: 483,8 ккал
белки – 24,9 г, жиры – 41,7 г, углеводы – 1,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы залить кипятком и отставить на 30 мин.

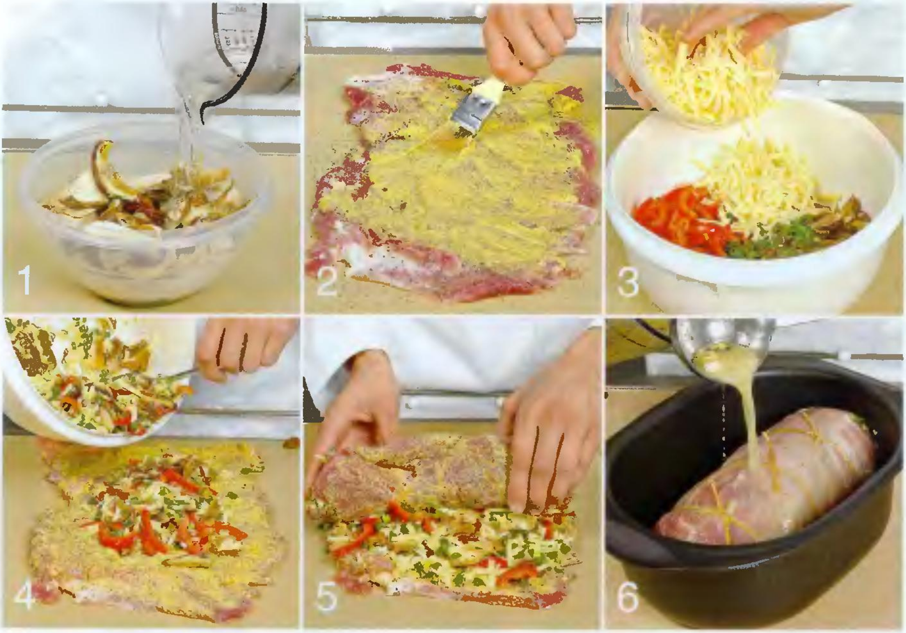
2 Свинину вымыть, обсушить. Сделать по центру надрез, не доходя до низа 1 см. Затем сделать надрезы вдоль пласта справа и слева, также не доходя до края 1 см. Раскрыть кусок мяса как книжку. На утолщенных кусках сделать ножом глубокие насечки. Отбить мясо в пласт. Посолить, поперчить, смазать горчицей.

3 Размоченные грибы промыть и нарезать соломкой. Зеленый лук вымыть и измельчить. Перец вымыть, очистить от семян и нарезать соломкой. Чеснок очистить и измельчить. Сыр натереть на терке. Смешать грибы с луком, чесноком, перцем и сыром. Посолить, поперчить.

4 Выложить начинку на мясо ровным слоем.

5 Свернуть мясо в рулет, обвязать суровой ниткой и уложить в форму для запекания с высокими бортиками.

6 **Приготовить соус.** Смешать растительное масло, белое вино, черный перец горошком, майонез и немного соли.
Разогреть духовку до 200 °С. Рулет полить соусом и поставить в духовку на 1,5 часа. Периодически поливать рулет выделяющимся соком.






1


2


3



куриные ножки, фаршированные грибами

М≈

ЧТО НУЖНО:

- **8** куриных голеней
- **300 г** белых грибов
- **3** луковицы
- **1** морковка
- **1** лавровый лист
- **3** горошины черного перца
- **2** зубчика чеснока
- **1** ст. л. муки
- **2 ст. л.** растительного масла
- **100 г** сметаны
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4
1 порция: 423,6 ккал
белки – 31,5 г, жиры – 28,6 г, углеводы – 10,0 г

КСТАТИ

*** Покупая белые грибы, обращайте внимание на нижнюю часть шляпки – она должна быть плотной и очень светлой.**

*** При приготовлении этого блюда можно использовать и сушеные белые грибы.**

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Куриные голени вымыть. Тонким острым ножом сделать сверху и снизу аккуратные надрезы вокруг косточек. Вынуть косточки.

2 Сложить косточки в кастрюлю, залить водой и довести до кипения. Снять пену. Добавить подпеченную на сухой сковороде луковицу и морковь, лавровый лист, черный перец и соль. Варить 15 мин. Снять с огня, процедить и отставить.

3 Грибы тщательно вымыть и нарезать небольшими кусочками. Оставшийся лук и чеснок очистить и измельчить. Разогреть в сковороде 1 ст. л. растительного масла, обжарить лук, чеснок и грибы, 10 мин. Снять с огня, посолить и дать остыть.

4 Нафаршировать голени получившейся начинкой. Концы обвязать шпагатом.

5 Разогреть оставшееся масло и обжарить в нем голени, по 3 мин. с каждой стороны. Поместить голени в форму для запекания.

6 В процеженный бульон добавить сметану. Тщательно перемешать. Залить голени соусом и запечь в разогретой до 200 °C духовке, 10 мин.







маслята, жаренные с картофелем



ЧТО НУЖНО:

- **300 г** маслят
- **3** крупные картофелины
- **1** большая луковица
- растительное масло
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
1 порция: 97,4 ккал
белки – 4,2 г, жиры – 0,9 г, углеводы – 18,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Маслята вымыть, ножом снять со шляпок верхнюю кожицу. Грибы средней величины разрезать пополам, маленькие оставить цельными. Картофель и лук очистить. Картофель нарезать тонкими дольками, лук – полукольцами.

2 Разогреть в сковороде немного растительного масла, положить маслята и готовить до полного выпаривания жидкости. Влить еще 1 ст. л. масла, добавить лук и готовить, помешивая, 5 мин. На другой сковороде пожарить картофель до готовности. Добавить грибы с луком, посолить, поперчить, перемешать. Прогреть 1–2 мин. и подать к столу.







омлет с грибами и ветчиной

М≈

ЧТО НУЖНО:

- **100 г** грибов (опята, рыжики или белые)
- **100 г** сырокопченной ветчины
- **1** луковица
- **2 ст. л.** растительного масла
- **5** яиц
- **50 мл** сливок
- **1** пучок зеленого лука
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 2
1 порция: 536,9 ккал
белки – 27,5 г, жиры – 44,9 г, углеводы – 6,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы очистить, вымыть и нарезать. Лук очистить и измельчить. Ветчину нарезать небольшими кубиками. Зеленый лук вымыть, обсушить и тонко нарезать.

2 В миске взбить яйца со сливками, солью и перцем.

3 Разогреть духовку до 180 °С. Обжарить грибы в растительном масле, 15 минут. Добавить лук, ветчину и готовить 7 минут, время от времени помешивая. Снять с огня. Влить взбитые со сливками яйца, поставить в духовку и запекать 15 мин.

Перед подачей на стол посыпать зеленым луком.









запеканка из филе трески с грибами



ЧТО НУЖНО:

500 г	филе трески
200 г	грибов (белых или подберезовиков)
1	луковица
1	стакан сметаны
1	яйцо
2 ст. л.	сливочного масла
100 г	пармезана
2 ст. л.	муки
•	соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час
Порций: 4
1 порция: 423,6 ккал
белки – 31,5 г, жиры – 28,6 г, углеводы – 10,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы очистить, тщательно вымыть и нарезать небольшими кусочками. Лук очистить и измельчить.

2 На сковороде растопить 1 ст. л. масла, обжарить лук, 3 мин., и добавить грибы. Как только грибы выделят сок, всыпать 1 ст. л. муки и тщательно перемешать, чтобы не было комков.

3 Оставшуюся муку смешать в миске с солью и перцем. Филе трески вымыть, обсушить и нарезать кубиками. Обвалять треску в муке.

4 Разогреть в сковороде 1 ст. л. сливочного масла, на сильном огне обжарить рыбу до румяной корочки. Уменьшить огонь до среднего и готовить 5 мин., периодически помешивая.

5 В миске слегка взбить яйцо, добавить сметану, соль, перец и половину тертого сыра. Тщательно перемешать.

6 Разогреть духовку до 180 °С. В форму для запекания положить обжаренные кусочки рыбы, сверху жареные грибы. Влить сметанный соус, посыпать оставшимся сыром и запекать в духовке 30 мин., до образования румяной корочки.

СОВЕТ

*** Эту запеканку можно приготовить практически из любой некостлявой рыбы. Особенно хорошо с грибами хорошо сочетается минтай, лосось, горбуша.**
*** Если рыба жирная, уменьшите количество сметаны на одну треть.**



картофельные оладьи с соусом из белых грибов

ЧТО НУЖНО:

- **500 г** картофеля
- **2 ст. л.** муки
- **2** яйца
- **400 г** белых грибов
- **3** зубчика чеснока
- **1** пучок петрушки
- **200 г** сметаны
- соль, перец по вкусу
- растительное масло для обжаривания

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4
1 порция. 383,6 ккал
белки – 11,5 г, жиры – 23,1 г, углеводы – 32,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить соус.** Грибы тщательно вымыть, положить в кипящую, чуть подсоленную воду и варить 5 мин. Откинуть на дуршлаг, обдать холодной водой и нарезать небольшими кусочками. Отвар процедить. Чеснок очистить и измельчить. Петрушку вымыть, обсушить и мелко нарезать.

2 Разогреть в сотейнике растительное масло, обжарить грибы, 2 мин. Добавить немного грибного отвара. Уваривать, пока вся жидкость не выпарится.

3 Добавить чеснок, петрушку и сметану, перемешать и готовить на небольшом огне, 10 мин. Снять с огня и оставить в теплом месте.

4 Картофель очистить и натереть на терке.

5 Добавить муку, яйца. Посолить, поперчить и тщательно перемешать.

6 На сковороде сильно разогреть растительное масло. Ложкой выкладывать картофельную массу и жарить по 1,5 мин. с каждой стороны.

Сразу подавать на стол с грибным соусом.





пирог с лисичками



ЧТО НУЖНО:

Для теста:

- **2** стакана муки
- **10 г** сухих дрожжей
- **150 мл** молока
- **4 ст. л.** сахара
- **200 г** сметаны
- **1** яйцо

Для начинки:

- **500 г** лисичек
- **2** средние морковки
- **1** луковица
- **1** пучок укропа
- **2** большие картофелины
- соль, перец по вкусу
- растительное масло для обжаривания

Время приготовления: 2 часа 40 мин.
Порций: 10
1 порция: 249,7 ккал
белки – 6,6 г, жиры – 9,3 г, углеводы – 34,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В большой миске растворить дрожжи в теплом молоке. Всыпать сахар и половину муки. Размешать, накрыть миску крышкой или пленкой и оставить в теплом месте на 1 час.

2 Добавить оставшуюся муку и сметану. Вымесить тесто, накрыть и оставить еще на 1 час.

3 Тем временем **приготовить начинку для пирога**. Лук, морковь и картофель очистить и нарезать соломкой. Грибы тщательно вымыть и нарезать кусочками. Укроп вымыть, обсушить и измельчить.

4 Разогреть в кастрюле растительное масло. Обжарить грибы, 5 мин. Добавить лук и морковь и жарить еще 4 мин. На отдельной сковороде обжарить в растительном масле картофель, 6 мин.

5 Добавить к грибам картофель и укроп, посолить, поперчить по вкусу, перемешать.

6 Тесто раскатать в 2 тонких пласта. Форму для выпечки смазать растительным маслом и накрыть одним пластом. Выложить начинку. Накрыть вторым пластом и защипнуть края.
Разогреть духовку до 180 °С. Выпекать пирог 30 мин.

засолка грибов. горячий способ

Время приготовления: 40 мин
Порций: 4
1 порция: 120,7 ккал
белки – 13,0 г, жиры – 5,9 г, углеводы – 3,7 г









ЧТО НУЖНО:

На 0,5 л банку

700 г	белых грибов
3	стакана воды
1,5 ст. л.	соли
3	бутона гвоздики
3	горошины перца
1	лавровый лист
0,5 ч. л.	кориандра
4–5	зубчиков чеснока

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы перебрать, срезать ножом загрязненные места, затем тщательно вымыть. Разрезать вдоль пополам. Небольшие грибы оставить целиком. Чеснок очистить и нарезать пластинами.

2 Опустить грибы в подсоленную кипящую воду. Довести до кипения, снять пену, уменьшить огонь и варить 15 минут, продолжая снимать пену, пока бульон не станет прозрачным. Добавить специи и варить 7 мин.

3 Плотно уложить грибы в стерилизованную банку, чередуя их с пластинами чеснока. Влить процеженный отвар. Дать остыть, закрыть крышками и поставить на хранение в прохладное место.

маринованные маслята

ЧТО НУЖНО:

На банку 0,5 л

700 г	маслят
3	стакана воды
1,5 ст. л.	соли
3	бутона гвоздики
3	горошины перца
1	лавровый лист
0,5 ч. л.	кориандра
1 ч. л.	уксусной эссенции

Время приготовления: 1час 10 мин.
Порций: 4
1 порция: 85,5 ккал
белки – 7,0 г, жиры – 1,5 г, углеводы – 12,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Маслята перебрать, тщательно вымыть. Небольшим ножом снять кожицу со шляпок.

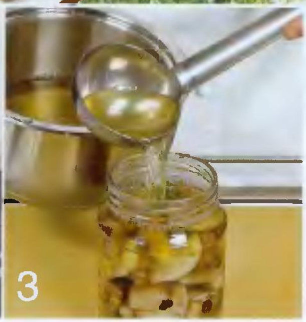
2 В кастрюле вскипятить воду, положить соль и поместить грибы. Довести до кипения, снять пену, уменьшить огонь и варить 20 минут, осторожно перемешивая и продолжая снимать пену. Грибы будут готовы, когда осядут вниз, а рассол станет прозрачным.

3 Положить в стерилизованную банку лавровый лист и специи. Шумовкой переложить грибы. Укладывать грибы надо очень плотно. Влить в банку уксусную эссенцию. Долить процеженный отвар. Накрыть крышкой и стерилизовать в кипящей воде 30 мин. После чего банку закрыть крышкой.









засолка грибов. холодный способ



ЧТО НУЖНО:

1	кг грибов (рыжики, черные и белые грузди, волнушки, сыроежки)
100 г	соли
10–12	листьев смородины
5–6	листиков вишни
2	листа хрена
2	зонтика укропа
2–3	лавровых листа
•	перец горошком, чеснок по вкусу

Время подготовки: 6 часов
Время приготовления: 10 мин.
Порций: 10
1 порция: 17,3 ккал
белки – 1,4 г, жиры – 0,2 г, углеводы – 2,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грузди, волнушки или сыроежки вымыть и залить холодной водой на 5–6 часов.

*** Рыжики не вымачивают, а только промывают.**

На дно деревянной или керамической посуды насыпать слой соли, положить половину листьев смородины, вишни, хрена и 1 зонтик укропа.
Уложить рядами грибы, перекладывая каждый слой солью, перцем и чесноком и лавровым листом.

2 Положить сверху оставшиеся листья, накрыть чистой тканью, затем разделочной доской или тарелкой и поставить под гнет.

*** Через 1–2 дня грибы осядут и дадут сок. Если они выделят мало рассола, следует увеличить гнет.**

Грибы будут готовы через 30–40 дней. После этого их надо переставить в холодное место.


1


2

сушеные грибы

Самый надежный и простой способ заготовки грибов на зиму – сушка. Лучше всего сушить белые грибы, подосиновики, подберезовики, лисички и опята.



Грибы, предназначенные для сушки, нельзя мыть. Их чистят ножом, очень грязные места можно протереть хорошо отжатой губкой. Мы советуем резать грибы тонкими пластинами.



Сушить грибы можно над плитой. Для этого их следует нанизать на нитку или леску и повесить на расстоянии 50–60 см над варочной поверхностью.

Более быстрый способ сушки – в микроволновой печи. Грибы надо выложить на решетку и поставить в печь на 15–20 мин. Затем надо их досушить при комнатной температуре или в печи, ставя на 1–2 мин. Будьте внимательны – пересушенные грибы в микроволновой печи могут вспыхнуть.



Вам не придется ломать голову над тем, чем накормить ребенка. Вы научитесь готовить самые популярные у детей блюда на занятиях «Готовим для детей» и «Детский праздник», «Сбалансированное питание для детей от 1 года до 3 лет». На занятиях «Худеем правильно» и «Здоровое питание» вас научат совмещать продукты и подбирать оптимальный режим питания для всей семьи. Из 40 тематических программ слушатели могут выбрать то, что каждому по душе.

Школа кулинарного мастерства





Александр Селезнев – признанный мастер кондитерского дела, лауреат многочисленных российских и международных профессиональных конкурсов. Он возглавляет собственный «Кондитерский дом», участвует в различных телепередачах, постоянно совершенствует профессиональные навыки в Париже.

Авторский курс Александра Селезнева:

11октября
Грушевый пирог, ягодный пирог, черничный торт

27 октября
Птифуры: миндальные, шоколадные, ореховые, фруктовые

Темы занятий:

- Курс для начннающих, 1-я ступень
- Курс для начинающих, 2-я ступень
- Основы карвннга, декоративное оформление блюд
- Горячее из мяса и птицы
- Домашние обеды на каждый день
- Салаты и закуски
- Рецепты модных диет
- Худеем правильно: низкокалорнйное меню
- Здоровое питание
- Готовнм для детей
- Детский праздник
- Сбалансированное питание для детей от 1 года до 3 лет
- Занятие для детей: готовим вместе с мамой
- Домашняя грузинская кухня
- Быстрые рецепты
- Блюда из рыбы н морепродуктов
- Фуршет
- Японская кухня
- Китайская кухня
- Французская кухня NEW
- Итальянская кухня NEW
- Средиземноморская кухня

Спецпредложение

С 20 сентября по 10 октября – скидка 20% на полугодовой абонемент стоимостью $1200 (неограниченное количество посещений)

Стоимость занятий:

Курс «От простого к сложному»:
4 занятия – 5200 руб., одно занятие – 1700 руб.

Курс «Готовим для детей»:
3 занятия – 5600 руб., одно занятие – 2300 руб.

Занятие для детей «Готовим вместе с мамой»:
каждый пришедший с ребенком платит только за взрослого, стоимость одного занятия – 2300 руб.

Тематические занятия – *2300 руб.*

Этнические темы – *3500 руб.*

Авторский курс Александра Селезнева – *3500 руб.*

Абонемент:
на 4 занятия – 7500 руб., 6 занятий – 9500 руб.

Абонемент на один год
(неограниченное количество посещений) – $2500.

Мы принимаем к оплате пластиковые карты NEW

Информация о Школе на сайте **www.gastromag.ru** и по телефону **(495) 725-1070**

Извещение

ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)
7743038046 — № 40702810338040105252
(ИНН получателя платежа) — (номер счета получателя платежа)
в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)
БИК 044525225 — № 30101810400000000225
(номер кор.сч.банка получателя платежа)

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

(наименование платежа)
Сумма платежа ________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ________ руб. ________ коп.

Кассир

Квитанция

ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)
7743038046 — № 40702810338040105252
(ИНН получателя платежа) — (номер счета получателя платежа)
в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)
БИК 044525225 — № 30101810400000000225
(номер кор.сч.банка получателя платежа)

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

(наименование платежа)
Сумма платежа ________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ________ руб. ________ коп.

Кассир

читайте в следующем номере:

ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩИ:

- томаты
- перцы
- капуста
- репа
- тыква и т.д.



следующий номер выйдет 9 октября

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

« » 200__ г.

(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

« » 200__ г.

(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№02 (02), сентябрь 2006
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «ИД «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: 725-1070,
e mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 207 000
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07.2003 г.

Генеральный партнер

Tefal

Moulinex Lagostina KRUPS

1er SALON DU CHOCOLAT

МОСКВА-MOSCOW



www.foodshow.ru

На правах рекламы

звезды готовят для вас • шоу • дегустации • подарки

Организаторы

журнал ГАСТРОНОМЪ

ШЕФ журнал

Официальные партнеры

ДЫМОВ

ПАРЛАМЕНТ настоящая русская водка

Официальный технический партнер

Thinking of you Electrolux

Официальный информационный партнер

русская служба НОВОСТЕЙ 107.0 fm


CITRANO
LEMON FRESH
Сочный оттенок кулинарных композиций!
8 спелых лимонов в удобной упаковке!
LEMON FRESH
e 250 ml
(495) 778 78 16
sales@hellenic.ru
www.hellenic.ru
OLYMPIC FOODS
Citrano Lemon Fresh. Для приготовления супов мясных и рыбных блюд, салатов, маринадов, лимонадов, коктейлей, кофе, чая. Всегда под рукой!
Товар сертифицирован